

Original Article

Bimbingan kelompok teknik psikodrama efektif meningkatkan konsep diri siswa kelas VIII SMPN 48 Surabaya

Jahiras^{1*})

Bimbingan dan Konseling, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

*) Alamat korespondensi: Jl. Ngagel Dadi No.3B/37, Kota Surabaya, Jawa Timur 60234, Indonesia; E-mail:

sababalatjahiras@gmail.com

Article History:

Received: 28/06/2020;

Revised: 17/07/2020;

Accepted: 02/08/2020;

Published: 30/09/2020.

How to Cite:

Jahiras. (2020). Bimbingan kelompok teknik psikodrama efektif meningkatkan konsep diri siswa kelas VIII SMPN 48 Surabaya. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), pp. 378–381. DOI: 10.26539/terapeutik-42441



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2020, Jahiras(s).

Abstrak: Perasaan rendah diri yang dimiliki seorang siswa akan memiliki pengaruh negatif, maka dari itu untuk memiliki konsep diri yang positif perlu dilakukan kegiatan bimbingan secara berkelompok yang tepat dari guru bimbingan dan konseling. Bimbingan kelompok adalah aksi pemberian penjelasan kepada sekelompok murid guna menolong siswa mengatur rencana dan membuat keputusan yang tepat. Tujuan penelitian ini guna mendeskripsikan pengaruh teknik psikodrama dalam bimbingan kelompok terhadap konsep diri siswa kelas VIII SMPN 48 Surabaya. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain *pretest* dan *post test* karna pada observasi ini diukur dan dilaksanakan dua kali. Data yang dikumpulkan pada observasi ini dilakukan dengan cara mengerjakan lembar skala pengukuran oleh para siswa yang ditunjuk sebagai subyek penelitian. *Treatment* dilakukan menggunakan layanan bimbingan yang dilakukan secara berkelompok melalui teknik psikodrama. Berdasarkan hasil penelitian terdapat dampak yang relavan hal itu dapat dilihat dari meningkatnya konsep diri anak yang rendah.

Kata Kunci: Psikodrama, Konseling, Siswa

Abstract: Feelings of inferiority owned by a student will have a negative influence, and therefore to have a positive self-concept need proper group guidance from the teacher's guidance and counseling. Group guidance is an activity of providing information to a group of students to help them plan and make the right decision. The purpose of this study is to describe the influence of psychodrama techniques in group guidance on the self-concept of eighth grade students of SMPN 48 Surabaya. This study uses quantitative research with pre-test and post-test designs because in this study measurements were made twice. Data collection in this study was carried out by working on the measurement scale sheet by students who were appointed as research subjects. Treatment is carried out using group guidance services with psychodrama techniques. Based on the results of the study there is a significant influence of this can be seen from the increase in low self-concept of students.

Keywords: Psychodrama, Counseling, Student

Pendahuluan

Konsep diri ialah pandangan menyeluruh seseorang tentang totalitas yang dimiliki oleh individu tentang ciri-ciri kepribadian, prinsip dan nilai-nilai tentang kehidupan sehari-hari, integritas, kekurangan dan semua yang terbentuk dari pengetahuannya melalui interaksinya dengan individu lain (Burn, 1993:50). Menurut pandangan tersebut dapat diambil kesimpulan yakni konsep diri ialah segala objek yang terdapat dalam diri seseorang dan terbentuk dari suatu pengalaman.

Konsep diri dibagi menjadi dua yakni konsep diri positif dan konsep diri negatif (Gufon dan Risnawita: 2010). Konsep diri positif yakni kemampuan terhadap individu saat menyelesaikan konflik, merasa sama dengan individu lain, saat mendapatkan pujian tidak merasa malu, memiliki kesadaran

terhadap bermacam-macam pandangan, kebutuhan, dan perbuatan yang tidak berkenan terhadap orang lain serta sanggup menyampaikan perspektif perilaku yang negatif dan memiliki usaha untuk memperbaiki. Persepsi diri yang negatif yakni memiliki kepekaan atas penilaian, responsive akan pujian, memiliki tingkah laku hiperkritis, terkadang menganggap tidak disenangi orang lain dan pesimistis terhadap persaingan. Menurut definisi tersebut dapat diketahui bahwa konsep diri terbagi dua yaitu konsep diri yang positif dan negatif, kedua konsep diri tersebut memiliki peran yang berbeda dalam kepribadian siswa.

Bimbingan yang dilakukan secara berkelompok di sekolah ialah tindakan dalam rangka memberikan penjelasan kepada siswa-siswi untuk menolong mereka dalam membuat rencana dan keputusan yang akurat (Prayitno dalam Ana, 2017:50). Melalui bimbingan kelompok siswa dilatih agar dapat menghadapi atau menyelesaikan tugas dan memecahkan masalah bersama. Bimbingan kelompok juga dapat membentuk keberanian siswa untuk berpendapat tanpa takut salah dan dapat menghargai pendapat orang lain. Bimbingan kelompok bertujuan untuk memberikan informasi sekaligus mendapatkan informasi dan masukan kepada anggota kelompok agar mudah dalam mengambil keputusan dalam berperilaku.

Prawitasari, (2011: 177) mengatakan psikodrama merupakan suatu kegiatan memberikan kesempatan kepada seseorang untuk memahami kehidupan diri sendiri melalui sudut pandang berbeda. Setelah itu kehidupan seseorang diceritakan dan diperankan oleh orang tidak dikenal yang bergabung dalam satu kelompok. Tujuan psikodrama dapat membantu konseli agar dapat menyelesaikan persoalan diri melalui metode bermain peran. Penelitian ini menggunakan hipotesis dengan model bimbingan kelompok melalui teknik psikodrama dapat mengembangkan konsep diri yang positif.

Psikodrama akan berjalan dengan efektif apabila ada hubungannya dengan layanan bimbingan kelompok. Maka dari itu untuk mewujudkan tujuan dalam penelitian ini diperlukan adanya layanan bimbingan secara berkelompok karena melalui dinamika kelompok maka mampu tercapai suatu tujuan tertentu.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti mengenai pengaruh layanan bimbingan secara berkelompok menggunakan metode psikodrama terhadap konsep diri murid, dan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mengatasi konsep diri siswa di sekolah SMPN 48 Surabaya.

Metode

Pada penelitian digunakan metode penelitian kuantitatif. Data yang dikumpulkan pada penelitian ini dilaksanakan dengan cara mengerjakan lembar skala pengukuran yang telah dikerjakan oleh para siswa yang ditunjuk sebagai subyek penelitian. Penelitian ini menggunakan desain *pre-test* dan *post-test*, karna pada penelitian ini telah dilaksanakan penilaian sebanyak 2

kali. Pertama, pengukuran dilakukan untuk melihat peningkatan konsep diri anak didik sebelum dilakukan layanan bimbingan secara berkelompok (*pre-test*) memakai kode T₁. Selanjutnya penilaian yang ke dua dilaksanakan untuk memahami kelanjutan konsep diri peserta didik sesudah diberikan layanan bimbingan secara berkelompok (*post-test*) memakai kode T₂.

Subjek pada penelitian ini ialah peserta didik SMPN 48 Surabaya terdapat 38 siswa yang terdiri dari 11 siswa laki-laki dan 27 siswa perempuan. Penelitian ini dilakukan di SMPN 48 Surabaya.

Hasil dan Diskusi

Melalui hasil observasi awal yang dilakukan pada penelitian ini didapatkan bahwasanya konsep diri peserta didik kelas VIII SMPN 48 Surabaya secara umum pada tingkat sedang. Namun penyajian data berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat di peroleh data *pre-test* peneliti terlebih dahulu menghitung skor skala konsep diri siswa yang di peroleh dari hasil *pre-test* kemudian di masukkan kedalam interval

pengkategorian yang mana hasil *pre-test* tersebut akan di ketahui berapa jumlah subyek yang akan di berikan *treatment*.

Hasil *pre-test* jumlah populasi siswa, menunjukkan responden yang tingkat konsep dirinya tinggi, sedang maupun rendah, disini peneliti mengambil responden dengan tingkat konsep diri rendah karena berdasarkan judul yang diambil adalah pengaruh teknik bermain peranan yang dilakukan dengan bimbingan secara berkelompok terhadap konsep diri siswa.

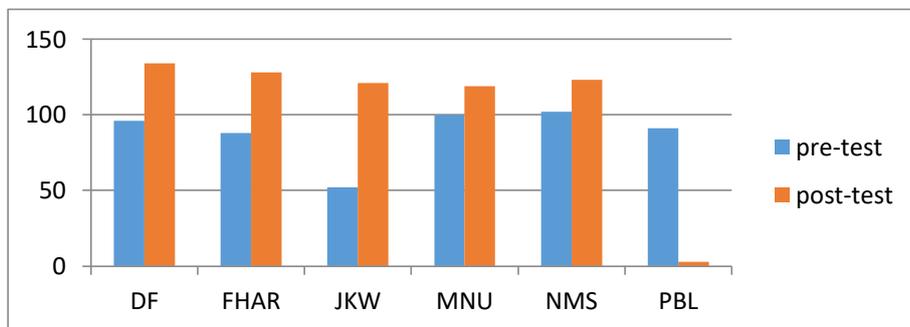
Siswa kelas VIII SMPN 48 Surabaya yang melaksanakan bimbingan kelompok dengan menggunakan metode bermain peran adalah individu yang mempunyai konsep diri rendah. Kondisi ini dapat dilihat dengan jelas selama kegiatan penelitian berlangsung. Siswa yang mempunyai konsep diri rendah adalah siswa dengan presensi 12, 20, 24, 27, 31, dan 35. Enam siswa ini memiliki tingkat konsep diri rendah dan perlu dilakukan pengembangan. Usaha untuk mengembangkan konsep diri siswa dilakukan melalui bantuan layanan metode psikodrama melalui bimbingan kelompok. Pemberian *treatment* memakai teknik psikodrama melalui bimbingan secara berkelompok dinilai berhasil untuk menambahkan konsep diri peserta didik. Perkembangan konsep diri peserta didik dapat dilihat berdasarkan pada tabel dibawah berikut ini.

Tabel 1: Perbandingan skor *pre-test* dan *post-test*

No responden	Pre- test	Post- tests	Tingkat perubahan
12	96	134	38
20	88	128	40
24	52	121	69
27	100	119	19
31	102	123	21
35	91	127	36

Efektifitas metode psikodrama melalui bimbingan secara berkelompok untuk mengenbangkan konsep diri siswa dapat dilakukan dengan menggunakan uji komparasi *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen dengan memakai *Uji Wilcoxon*. Pada pengujian statistik didapatkan taraf signifikan $=0,028 < 0,005$ maka, H_a diterima dan H_o ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang nyata dalam skor *pre-test* dan *post-test*.

Grafik 1 skor konsep diri siswa *pre-test* dan *post-test*



Hasil grafik di atas menunjukkan bahwa dalam pemberian metode bermain peranan melalui pengarahannya secara berkelompok untuk meninggikan konsep diri siswa memiliki perbedaan, yakni pada hasil *pre-test* dan *post-test*. Maka dari itu penggunaan teknik bermain peran melalui bimbingan secara berkelompok dalam menumbuhkan konsep diri peserta didik sangat berpengaruh serta layak digunakan untuk mengembangkan atau meningkatkan konsep diri siswa yang rendah. Keefektifan penggunaan teknik psikodrama ini sesuai dengan pendapat Syahrina (2018) yang mengatakan bahwa bimbingan yang

dilakukan secara berkelompok dengan teknik bermain peran (psikodrama) dapat meningkatkan konsep diri siswa. Permasalahan konsep diri yang rendah harus dapat diselesaikan agar tidak memberikan pengaruh pada perilaku siswa dalam bermasyarakat.

Simpulan

Penelitian ini berisi tentang pengaruh teknik bermain peran atau psikodrama dalam bimbingan secara berkelompok terhadap konsep diri murid kelas VIII SMPN 48 Surabaya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh metode bermain peran dalam bimbingan kelompok terhadap konsep diri peserta didik. Layanan bimbingan secara berkelompok dilakukan selama 8 kali treatment. Treatment yang dilakukan dalam pelayanan bimbingan kelompok memakai metode psikodrama dinilai efektif untuk meningkatkan konsep diri siswa.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat di simpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan melalui pemakaian metode psikodrama dalam bimbingan berkelompok terhadap konsep diri murid kelas VIII SMPN 48 Surabaya. Hal ini dapat dilihat dari rata-rata tingkat konsep diri siswa sebelum diberikan treatment dengan teknik psikodrama dalam bimbingan kelompok adalah sebanyak .757 dari hasil pre-test setelah di berikan *treatment* dan di lakukan post-test lagi hasil statistiknya sebanyak .958 artinya teknik psikodrama dalam bimbingan kelompok terhadap konsep diri siswa sangat berpengaruh untuk meningkatkan konsep diri yang rendah. Sebagai pengembangan dari hasil observasi ini diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengerjakan penelitian tentang konsep diri menggunakan teknik lain.

Daftar Rujukan

- Affiyani, P. (2013). *Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Melalui Metode Psikodrama Untuk Mengembangkan Konsep Diri Positif*.
- Ana. A. (2017). *Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Self-Efficacy dan Harapan Hasil (Outcome Expectations) Karir Siswa*. Dalam <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk> Diakses pada tanggal 20 Desember 2019.
- Hartinah, S. (2009). *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. PT Refika Aditama: Bandung.
- Herwanto, R. (2018). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 4 Bandar Lampung*. Diakses pada tanggal 5 Agustus 2019.
- Mark B. Scholl PhD & Sondra Smith-Adcock PhD. (2007). *Using Psychodraman Techniques to Promote Counselor Identity Development in Group Supervision*.
- Nurfaizal. (2016). *Penggunaan Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa*. "Jurnal Fokus Konseling 2 no. 2 (2016): 160-72.
- Prayitno, Afdal, dkk. (2017). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Penerbit Galia Indonesia: Bogor.